



تأکید بر آمادگی دستگاه‌ها
برای ذخیره‌سازی سوخت
دوم در مازندران

۸



اراده و ایثار شهدا، مسیر
مقاومت را در تاریخ
ماندگار کرده است

۴



هویت مستقل صندوق
بازنشستگی فولاد حفظ
خواهد شد / تغییرات
ساختاری است

۲

نخستین اجلاس استانداران استان‌های ساحلی کشورهای حاشیه دریای خزر

استاندار آستراخان روسیه وارد گیلان شد

۴



آتش در اlyت؛ آزمون ناکامی در مدیریت منابع طبیعی

۲

مازندران در مه غبار؛
بحران خاموش در
سرزمین سبز

۲

آتش در عرصه‌های
جنگلی شرق گلستان
مهار شد

۴

مراسم اکران فیلم کد
۱۳۳ در تالار مرکزی
ساری

۶

آزمایشی که ثابت کرد هوش
مصنوعی هنوز نمی‌تواند جای
انسان را بگیرد

۷

نیما یوشیج؛

صدای بلند یک

انقلاب ادبی

۸

شغل دوم فرهنگیان

شرکت بازرگانی توسعه خدمات معلم کالا

moallemkala.ir



فروشگاه اینترنتی معلم کالا

تامین کننده انواع کالا برای فرهنگیان

طرف قرارداد با آموزش و پرورش

اقساط کسر از حقوق

حداقل حقوق از ۲۰ میلیون به بالا

برای کسب اطلاعات بیشتر کلمه معلم کالا رو پیامک کن

آدرس دفتر سرپرستی شمال کشور: ساری / خ فرهنگ / جنب آموزش و پرورش / فرهنگ ۱۰



۰۹۰۱ ۱۹۰ ۵۶۹۴

استخدام نیرو باسابقه ومتعهد

شرکت بازرگانی توسعه خدمات معلم کالا
جهت تکمیل نیروی انسانی خود از بین
افراد واجد شرایط استخدام می نماید



- مدیر مالی
- حسابدار
- طراح گرافیک
- طراح رابط کاربری
- خدمات
- حمل و نقل



جهت کسب اطلاعات بیشتر

۰۹۰۱ ۱۹۰ ۵۶۹۴

مازندران / ساری

خیابان فرهنگ / فرهنگ ۱۰



نظام مالی پایدار و ضرورت اصلاح ساختار در آمدی شهرداری‌ها



نصراله محمدی

شهرداری‌ها در نظام مدیریت شهری ایران از جمله نهادهای خودگردان محسوب می‌شوند که باید بخش عمده‌ای از هزینه‌های خود را از محل درآمدهای محلی تأمین کنند. در سال‌های اخیر، وابستگی بیش از حد به درآمدهای ناشی از ساخت‌وساز و عوارض صدور پروانه، پایداری مالی شهرداری‌ها را با چالش مواجه کرده است. برای دستیابی به توسعه‌ی پایدار شهری، لازم است نظام درآمدی شهرداری‌ها بازتعریف شود تا ضمن حفظ عدالت اجتماعی، منابع مالی قابل‌انکایی فراهم گردد.

اصلاح نظام درآمدی نیازمند تنوع‌بخشی به منابع است. گسترش خدمات الکترونیکی، توسعه‌ی پارکینگ‌های عمومی، استفاده از ظرفیت تبلیغات شهری، و جذب سرمایه‌گذاری بخش خصوصی از جمله راهکارهایی است که می‌تواند ساختار مالی شهرداری‌ها را تقویت کند. همچنین، شفافیت مالی و نظام حسابداری دقیق باید در رأس سیاست‌های مالی قرار گیرد. استفاده از سامانه‌های حسابداری هوشمند، نظارت مستمر بر پیمان‌ها و ارائه‌ی گزارش‌های مالی عمومی، به افزایش اعتماد شهروندان کمک می‌کند. در این میان، نقش نیروی انسانی بسیار تعیین‌کننده است. حسابداران، کارشناسان مالی و مدیران بودجه‌ی شهرداری‌ها، حافظان سلامت اقتصادی سازمان هستند. دقت، امانت‌داری و رعایت اصول اخلاق حرفه‌ای از سوی آنان، تضمین‌کننده‌ی ثبات و اعتبار مالی شهرداری است. در واقع، هر پروژه‌ی عمرانی یا فرهنگی که در شهر اجرا می‌شود، بر پایه‌ی محاسبات و مدیریت دقیق این نیروها بنا شده است. پرسنل مالی شهرداری با نگاه کارشناسی و وفاداری به شفافیت، ستون‌های اقتصاد شهری را استوار نگه می‌دارند و زمینه‌ساز اعتماد عمومی و پایداری توسعه می‌شوند.

مازندران در مه غبار؛ بحران خاموش در سرزمین سبز

استان مازندران، که همواره با تصویر جنگل‌های انبوه، هوای پاک و آسمان آبی در ذهن مردم نقش بسته، این روزها با بحرانی خاموش اما فراگیر دست‌وپنجه نرم می‌کند: آلودگی هوا. بحرانی که دیگر نمی‌توان آن را مسئله‌ای حاشیه‌ای یا مختص کلان‌شهرها دانست؛ بلکه اکنون به تهدیدی جدی برای سلامت عمومی، زیست‌بوم منطقه و کیفیت زندگی در شمال کشور تبدیل شده است. اگرچه طبیعت سرسبز مازندران در نگاه نخست آرامش‌بخش و پاکیزه به نظر می‌رسد، اما گزارش‌های پایش کیفیت هوا نشان می‌دهد که غلظت آلاینده‌ها، به‌ویژه در فصل‌های سرد سال، به سطح هشدار رسیده است. این وضعیت، با کاهش دید افقی، هشدارهای بهداشتی، و تعطیلی فعالیت‌های ورزشی در مدارس همراه شده و نشان می‌دهد که بحران آلودگی هوا به قلب طبیعت شمال نفوذ کرده است.

بر اساس اظهارات مدیرکل مدیریت بحران استان، حدود ۷۰ درصد گرد و غبار موجود منشأ خارجی دارد؛ از کانون‌های فرسایش بادی در شمال شرق کشور تا نفوذ ریزگردها از کشورهای همسایه. اما عوامل داخلی نیز کم‌تأثیر نیستند: فعالیت معادن شن و ماسه، سوزاندن بقایای کشاورزی، مصرف سوخت‌های آلاینده در نیروگاه‌ها، و ترافیک شهری، همگی در کنار هم شرایط را پیچیده‌تر کرده‌اند. اظهارات مدیرکل هواشناسی استان درباره نبود دستگاه‌های سنجش آلودگی و نقلاوت در شاخص‌های هشدار میان هواشناسی و محیط زیست، نشان‌دهنده ناهماهنگی نهادی در مدیریت بحران است. در حالی که محیط زیست وضعیت را نارنجی و قرمز اعلام کرده، هواشناسی به دلیل فقدان تجهیزات، قادر به تأیید یا رد این وضعیت نیست. این خلأ اطلاعاتی، تصمیم‌گیری‌های دقیق را دشوار و اعتماد عمومی را متزلزل می‌کند.

آلودگی هوا در مازندران، پیامدهایی جدی برای سلامت عمومی دارد. از افزایش مشکلات تنفسی گرفته تا تهدید برای کودکان، سالمندان و بیماران قلبی و ریوی، این بحران به‌طور مستقیم کیفیت زندگی شهروندان را تحت‌تأثیر قرار داده است. ترکیب گرد و غبار با رطوبت بالا، مه‌گرفتگی و کاهش دید، نشان می‌دهد که وضعیت هوا در بسیاری از مناطق استان به مرحله هشدار رسیده است.

مازندران نیازمند اقدام فوری و هماهنگ

آلودگی هوا در مازندران، آزمونی سخت برای دستگاه‌های اجرایی، نهادهای نظارتی و شهروندان است. این بحران، تنها با تجهیز زیرساخت‌های پایش، هماهنگی نهادی، آموزش عمومی و تغییر در الگوهای مصرف و فعالیت‌های صنعتی قابل کنترل است.

مازندران، با تمام زیبایی‌های طبیعی‌اش، امروز در مه غبار گرفتار شده است؛ مه‌ی که اگر جدی گرفته نشود، می‌تواند آینده این استان را تیره کند. کیفیت هوا، کیفیت زندگی است؛ و زندگی در مازندران، سزاوار هوایی پاک و آسمانی روشن است.

برنج مازندران؛ طلای سفید در آزمون پایداری



و فشارهای زیست‌محیطی، نیازمند حمایت‌های ساختاری، سیاست‌گذاری هوشمندانه و ارتقای زیرساخت‌های تولید است.

برنج مازندران، اگرچه طلای سفید سفره‌های ایرانی است، اما برای حفظ کیفیت، پایداری و رقابت‌پذیری، نیازمند نگاهی سبز و جامع‌نگر است. از اصلاح الگوهای کشت و مصرف نهاده‌ها تا تقویت زنجیره ارزش و برندینگ محصول، همه باید در دستور کار قرار گیرد.

آغاز توزیع کود، پایان برداشت، و تثبیت کشت دوم، همگی نشانه‌هایی‌اند از پویایی کشاورزی استان؛ پویایی‌ای که اگر با سیاست‌گذاری هوشمندانه همراه شود، می‌تواند مازندران را به قطب پایدار تولید برنج در کشور بدل کند.

کشاورزان می‌توانند با مراجعه به مراکز خدمات کشاورزی، کود مورد نیاز خود را از کارگزاری‌های رسمی دریافت کنند. این اقدام، اگر با نظارت دقیق و توزیع عادلانه همراه باشد، می‌تواند گامی مؤثر در حفظ اعتماد و استمرار تولید باشد.

با تولید بیش از یک میلیون تن برنج در سال، مازندران تأمین‌کننده ۴۲ درصد نیاز کشور است. این محصول نه‌تنها منبع اصلی درآمد هزاران خانوار روستایی، بلکه نماد امنیت غذایی و هویت کشاورزی استان است. قیمت‌های فعلی بازار نیز نشان می‌دهد که برنج محلی، به‌ویژه در کشت دوم، جایگاه ویژه‌ای در سبد مصرفی خانوارها دارد.

اما این جایگاه، در برابر چالش‌هایی چون تغییرات اقلیمی، نوسانات بازار نهاده‌ها،

باشد. ۹۵ درصد این کشت‌ها از ارقام محلی با کیفیت بالا هستند؛ از جمله طارم دونوج که به دلیل تولید بیولوژیکی، عدم استفاده از سموم، و عطر و طعم ممتاز، با قیمت حدود ۲۰ درصد بالاتر از برنج کشت اول در بازار عرضه می‌شود.

آغاز توزیع کودهای ازته و پتاسه برای کشت بهاره، آن‌هم بلافاصله پس از پایان برداشت، نشان‌دهنده حساسیت بالای زنجیره تأمین نهاده‌هاست. مشکلات ناترازی انرژی در پتروشیمی‌ها، تجربه سال گذشته را به یاد می‌آورد؛ تجربه‌ای که تأخیر در تأمین کود را به یکی از دغدغه‌های اصلی کشاورزان تبدیل کرد.

اکنون، با ورود اولین سهمیه به انبارهای استان و فعال شدن سامانه‌های حواله،

با پایان فصل برداشت کشت دوم شالی در مازندران، همزمان توزیع زودهنگام کودهای شیمیایی برای کشت بهاره آغاز شده است؛ نشانه‌ای از برنامه‌ریزی پیش‌دستانه در برابر چالش‌های تأمین نهاده‌ها. اما این تحرکات، فراتر از یک عملیات فنی، بازتابی از اهمیت راهبردی برنج در اقتصاد کشاورزی استان و آزمونی برای پایداری تولید در شرایط متغیر اقلیمی و اقتصادی است.

کشت دوم برنج در مازندران، که طی یک دهه گذشته به دو روش نشا مجدد و پرورش ساقه (رتون) نهاده‌ی شده، امروز به بخشی از هویت کشاورزی استان تبدیل شده است. با پوشش ۱۲۰ هزار هکتاری در سال جاری و تولید میانگین ۱۸۰۰ تا ۲۰۰۰ کیلوگرم شلتوک در هر هکتار، این الگو نشان داده که می‌تواند مکملی مؤثر برای کشت اول

نایب رئیس کمیسیون اصل نود مجلس گفت: شکایات بازنشستگان فولاد به کمیسیون اصل نود آمد و مطالبات آنها بررسی خواهد شد، هویت مستقل صندوق بازنشستگی فولاد حفظ خواهد شد.

به گزارش نقش قلم از سوادکوه، علی کشوری نماینده مردم قائم‌شهر، سوادکوه، جویبار، سیمرغ و سوادکوه شمالی در مجلس شورای اسلامی و نایب‌رئیس کمیسیون اصل نود، در حاشیه نشست بررسی مشکلات شهر زیراب در گفت‌وگو با خبرنگاران، به تشریح آخرین وضعیت پروژه زمین فوتبال زیراب پرداخت.

وی درباره روند ایمن‌سازی این زمین ورزشی اظهار داشت: پیمانکار تا حد قابل توجهی پیشرفت داشته و علاوه بر ایجاد دیواره حفاظتی و تکمیل پیست ورزشی، فضایی در حال آماده‌سازی است که در آینده می‌تواند به کمپی استاندارد برای تیم‌های ملی و تیم‌های فوتبالی در همه رده‌های سنی تبدیل شود. کشوری افزود: بخشی از این فضا به‌صورت سکو طراحی شده که قابلیت استفاده اقامتی برای تیم‌ها را نیز خواهد داشت و می‌تواند شرایطی ایده‌آل برای اردوهای ملی فراهم کند.

نماینده مردم در مجلس ادامه داد: به‌جای آنکه تیم‌ها برای برگزاری اردوهای آماده‌سازی به کشورهای دیگر بروند و هزینه‌های سنگین پرداخت کنند، زیراب با آب‌وهوای مطلوب، اقلیم کوهستانی مناسب،



چمن استاندارد و زیرساخت مطلوب، ظرفیت کم‌نظیری برای میزبانی اردوها دارد.

وی تأکید کرد: بخشی از هزینه‌ها از طریق بودجه و اعتبارات متوازن تأمین شده و تلاش داریم تا از محل مسئولیت اجتماعی نیز کمک‌هایی برای تکمیل این پروژه جذب شود. کشوری در بخش دیگری از سخنان خود به مشکلات بازنشستگان فولاد و البرز مرکزی اشاره کرد و گفت: این قشر دغدغه‌هایی درباره همدان‌سازی، بیمه درمان و احتمال واگذاری صندوق بازنشستگی فولاد داشتند و تصور

می‌کردند قرار است زیرمجموعه صندوق بازنشستگی کشوری قرار بگیرند.

وی با بیان اینکه این نگرانی‌ها کاملاً رفع شده است، تصریح کرد: اطمینان دادیم که صندوق بازنشستگی فولاد هویت مستقل خود را حفظ خواهد کرد و تغییرات پیش‌رو صرفاً ساختاری است تا وزارت تعاون، کار و رفاه اجتماعی بتواند پیگیری مطالبات و خدمات‌دهی به بازنشستگان را تسهیل کند.

نایب‌رئیس کمیسیون اصل نود افزود: موضوع همدان‌سازی در

هویت مستقل صندوق بازنشستگی فولاد حفظ خواهد شد/ تغییرات ساختاری است

کمیسیون اجتماعی بررسی شده و شکایات مرتبط نیز در کمیسیون اصل نود مطرح شده بود. بر همین اساس بنا شد ظرف دو هفته آینده جلسه‌ای با حضور نمایندگان بازنشستگان فولاد، مسئولان مربوطه و مدیران صندوق برگزار شود تا مسائل به‌صورت شفاف، از جمله همدان‌سازی، مطالبات بیمه‌ای و نحوه عملکرد شرکت بیمه طرف قرارداد، مورد بررسی دقیق قرار گیرد و بار دیگر تأکید شود که هویت صندوق بازنشستگی فولاد حفظ خواهد شد.

کشوری در ادامه با اشاره به مطالبات جانبازان حوزه انتخابیه اظهار داشت: جانبازان خواستار اجرای صحیح قانون جامع ایثارگری هستند، طبق وعده رئیس بنیاد شهید، ایشان طی دو هفته آینده سفری به مازندران خواهند داشت و در این جلسه، همسران شهدا و جمعی از جانبازان منطقه برای بیان مستقیم مسائل و مطالبات حضور خواهند یافت.

وی در پایان درباره مشکلات بازاریان و کسبه شهر زیراب گفت: بازاریان نسبت به برخی موضوعات مرتبط با شهرداری اعتراضاتی دارند که این موضوع را با جدیت پیگیری می‌کنم و قرار است مکاتبات و گفت‌وگوهایی با شورا و شهرداری زیراب برای رفع مشکلات کسبه انجام شود.

آتش در الیت؛ آزمون ناکامی در مدیریت منابع طبیعی



کارشناسان بر ضرورت تجهیز یگان‌های حفاظت، افزایش گشت‌های پیشگیرانه، آموزش جوامع محلی، توسعه زیرساخت‌های هشدار سریع و اجرای قوانین سختگیرانه‌تر تأکید دارند. اما تا زمانی که این توصیه‌ها از سطح شعار فراتر نروند و در عمل پیاده نشوند، جنگل‌های شمال همچنان در معرض خطر خواهند بود.

آتش‌سوزی گسترده در جنگل‌های الیت مرزن‌آباد چالوس، بار دیگر زنگ خطر را برای منابع طبیعی مازندران به صدا درآورد. در حالی که شعله‌ها از شبه‌شب تاکنون بخشی از پوشش گیاهی ارزشمند این منطقه را در کام خود فرو برده‌اند، پرسش‌های جدی درباره چرایی تکرار این فجایع و ناکارآمدی در پیشگیری و مدیریت بحران مطرح شده است.

متشاً انسانی؛ تکرار یک هشدار فراموش شده بر اساس گزارش‌های رسمی، بیش از ۹۵ درصد آتش‌سوزی‌های جنگلی در شمال کشور منشأ

انسانی دارند؛ از سهل‌انگاری گردشگران گرفته تا آتش‌افروزی عمدی و رهاسازی زباله‌های خطرناک. این آمار، نه‌تنها نگران‌کننده بلکه نشان‌دهنده ضعف شدید در فرهنگ‌سازی، آموزش عمومی و اعمال قانون است. سال‌هاست کارشناسان منابع طبیعی هشدار داده‌اند، اما همچنان آتش در جنگل‌ها می‌رقصد و مسئولیت‌ها در سایه فراموشی گم می‌شوند. فرماندار چالوس از اعزام گسترده نیروهای عملیاتی و استقرار بالگردهای امدادی برای مهار آتش‌سوزی در جنگل‌های الیت بخش مرزن‌آباد خبر داد.

یحیی یوسف پور اظهار کرد: از صبح دیروز شش گروه عملیاتی شامل نیروهای منابع طبیعی شهرستان، گروه‌های اعزامی از اداره کل و شهرستان‌های همجوار، تیم‌های هلال احمر، مأموران محیط‌زیست چالوس و مناطق اطراف، به همراه مردم محلی و کوهنوردان داوطلب، به منطقه دچار حریق اعزام شده‌اند. وی گفت: دو فروند بالگرد امدادی نیز از صبح یکشنبه در عملیات اطفای حریق مشارکت دارند و سومین بالگرد برای تقویت توان پشتیبانی هوایی وارد منطقه خواهد شد. گروه‌های عملیاتی و واحدهای هوایی تا مهار کامل حریق به صورت شبانه‌روزی در منطقه مستقر خواهند بود.

فرماندار چالوس با اشاره به سخت‌گذر بودن منطقه، بر ضرورت همکاری همه دستگاه‌ها و مشارکت نیروهای داوطلب برای تسریع در اطفای کامل آتش‌سوزی تأکید کرد.

هرچند اعزام بالگردها، تیم‌های زمینی، نیروهای مردمی و امدادی اقدامی ضروری و قابل‌تحسین است، اما این اقدامات بیشتر رنگ و بوی واکنش اضطراری دارند تا مدیریت پیشگیرانه. چرا باید تا شعله‌ها زبانه بکشند، تا بالگردها به پرواز درآیند؟ چرا زیرساخت‌های پایش، هشدار سریع و اطفای حریق در مناطق حساس جنگلی هنوز ناکافی‌اند؟ آیا نباید پیش از وقوع بحران، برای آن آماده بود؟

حسینعلی محمدی مدیر کل مدیریت بحران استانداری مازندران افزود: در پی این حادثه، ۱۴ تیم زمینی شامل یگان حفاظت منابع طبیعی و محیط زیست، نیروهای مردمی یاران و هیئت موتورسواری به محل اعزام شده و عملیات اطفای حریق به صورت زمینی در حال انجام است.

وی گفت: همچنین، دو فروند بالگرد نیز به درخواست استاندار مازندران و با حمایت سازمان مدیریت بحران و وزارت دفاع به منطقه اعزام شده و عملیات اطفای حریق هوایی را انجام می‌دهند. تلاش‌ها برای مهار دامنه آتش در منطقه صعب‌العبور ادامه دارد و عملیات اطفای به صورت همزمان زمینی و هوایی در جریان است.

مدیرکل مدیریت بحران استانداری مازندران، ضمن تأکید بر اهمیت جلوگیری از گسترش آتش، از مردم

و مسافران خواست تا از هرگونه برپا کردن آتش در مناطق جنگلی و تفرجگاه‌ها خودداری کنند تا جنگل‌های استان حفظ و برای آیندگان باقی بمانند.

علاوه بر الیت در عرصه جنگلی «پرنک» واقع در منطقه درویشکلا رویان نیز حریق رخ داد که با حضور میدانی سرهنگ صادق مرادی، فرمانده یگان حفاظت منابع طبیعی نوشهر و تلاش متمرکز نیروهای منابع طبیعی مهار و اطفاء شد. بر اساس اعلام اداره کل منابع طبیعی و آبخیزداری شهرستان نوشهر، این حریق که در بخش‌هایی از جنگل رخ داده بود، با بسیج سریع نیروهای یگان حفاظت و تیم‌های عملیاتی منابع طبیعی، از گسترش آتش جلوگیری شد.

سرهنگ صادق مرادی در این زمینه گفت: با توجه به اهمیت حفاظت از عرصه‌های طبیعی و جنگلی، تیم‌های عملیاتی با سرعت عمل بالا و استفاده از تجهیزات مهار حریق، توانستند آتش را قبل از سرایت به مناطق مجاور کنترل و اطفاء کنند. وی افزود: همکاری نیروهای محلی و آگاه‌سازی مردم منطقه نقش مهمی در مهار سریع حریق داشت و نشان‌دهنده عزم جدی برای حفظ منابع طبیعی و جنگل‌های استان است. شایان ذکر است که جنگل‌های منطقه رویان به دلیل تنوع زیستی بالا و اهمیت اکولوژیکی، از حساسیت ویژه‌ای برخوردار هستند و مدیریت به موقع حوادثی مانند آتش‌سوزی برای حفظ این منابع حیاتی ضروری است.

شبگردی آتش در جنگل‌های غرب مازندران از الیت گرفته تا پرنک ادامه یافت و مأموران منابع طبیعی در چند جبهه



برای مهار آتش تلاش می‌کردند. مدیرکل منابع طبیعی شهرستان نوشهر از مهار کامل آتش‌سوزی جنگل پرنک در درویشکلا رویان خبر داد، در حالی که تلاش‌ها برای خاموش کردن آتش در منطقه الیت همچنان ادامه دارد.

مهرداد خراپی افزود: تیم‌های عملیاتی با تلاش شبانه‌روزی توانستند آتش جنگل پرنک را به‌طور کامل کنترل کرده و از گسترش آن جلوگیری کنند. هم‌زمان، نیروهای امدادی

و محیط‌بانان در منطقه الیت مشغول عملیات اطفای حریق هستند تا خسارت‌های ناشی از آتش‌سوزی به حداقل برسد.

وی گفت: این اقدامات در حالی انجام می‌شود که همکاران منابع طبیعی با همکاری تیم‌های محلی و آتش‌نشانی، با تمام توان برای حفظ جنگل‌ها و جلوگیری از خسارت‌های بیشتر در مناطق بحرانی تلاش می‌کنند. الیت می‌سوزد، پرنک مهار شد؛ دو روی یک سکه

در حالی که آتش‌سوزی در جنگل پرنک رویان با سرعت و دقت مهار شد، جنگل الیت همچنان درگیر شعله‌هاست. این تفاوت در واکنش، نشان‌دهنده ناهمبستگی در سطح استان و نبود یک الگوی واحد و کارآمد برای مدیریت بحران‌های زیست‌محیطی است. اگر در یک منطقه می‌توان آتش را مهار کرد، چرا در منطقه‌ای دیگر همچنان شاهد گسترش آن هستیم؟

جنگل‌های مازندران، نه‌تنها زیستگاه گونه‌های نادر جانوری و گیاهی‌اند، بلکه نقش حیاتی در تأمین منابع آب، حفظ خاک، تعدیل اقلیم و معیشت روستاییان دارند. با این حال، در سایه ضعف نظارت، نبود آموزش‌های عمومی، کمبود تجهیزات و بی‌توجهی به هشدارهای کارشناسی، این منابع حیاتی به‌راحتی در معرض نابودی قرار گرفته‌اند.

طبق آمار رسمی، تنها در سال جاری ۳۳ مورد آتش‌سوزی در جنگل‌ها و مراتع استان ثبت شده و حدود ۳۳ هکتار از عرصه‌های طبیعی طعمه حریق شده‌اند. این آمار، اگرچه نگران‌کننده است، اما مهم‌تر از آن، روند افزایشی و تکرارشونده این حوادث است که نشان از نبود راهبردی پایدار در مدیریت منابع طبیعی دارد.

کارشناسان بر ضرورت تجهیز یگان‌های حفاظت، افزایش گشت‌های پیشگیرانه، آموزش جوامع محلی، توسعه زیرساخت‌های هشدار سریع و اجرای قوانین سختگیرانه‌تر تأکید دارند. اما تا زمانی که این توصیه‌ها از سطح شعار فراتر نروند و در عمل پیاده نشوند، جنگل‌های شمال همچنان در معرض خطر خواهند بود.

در نهایت، آتش‌سوزی در الیت نه فقط یک حادثه طبیعی، بلکه نمادی از بحران مدیریتی در حفاظت از منابع طبیعی است. اگر امروز نایستیم و نپرسیم «چرا؟»، فردا شاید دیگر چیزی برای نجات باقی نماند.

یادشدها



وصیت نامه شهید «جانعلی رشیدی ذهابی»:
ای جوانان! نکند در رختخواب ذلت بمیرید!

شهید «جانعلی رشیدی ذهابی» در وصیتنامه خود نوشته است: ای جوانان نکند در رختخواب ذلت بمیرید که حسین در میدان نبرد شهید شد. ای جوانان می‌آدا در خواب غفلت بمیرید که علی در محراب عبادت به شهادت رسید. شهید جانعلی رشیدی ذهابی، نهم فروردین ۱۳۳۶، در روستای هرو از توابع شهرستان خرم‌آباد به دنیا آمد. سال ۱۳۵۹ ازدواج کرد و صاحب دو پسر و دو دختر شد. به عنوان پاسدار در جبهه حضور یافت. چهارم دی ۱۳۶۵، با سمت فرمانده گروهان در شلمچه بر اثر اصابت ترکش به کتف و پا، شهید شد. مزار او در بهشت رضای شهرستان زادگاهش واقع است.

وصیتنامه شهید به شرح ذیل می‌باشد:

بسم الله الرحمن الرحیم
وَلَا تَحْسَبَنَّ الَّذِیْ یَن قَتِلُوا فِی سَبِیلِ اللّٰهِ اَمْواتًا بَلْ اَحْیَاءٌ عِنْدَ رَبِّهِمْ یُرَاقِبُوْنَ
هرگز کسانی را که در راه خدا کشته شده‌اند مرده مپندار بلکه زنده‌اند که نزد پروردگارشان روزی داده میشوند. آل عمران آیه ۱۶۹

سلام گرم به امام عزیزمان خمینی بت شکن و با درود فراوان به رزمندگان جبهه حق علیه باطل و با درود فراوان به تمامی شهیدان از صدر اسلام تاکنون و ملت مسلمان ایران.

آن قدر به جبهه می‌روم و می‌جنگم تا یا کشته شوم و یا پیروز ای جوانان! نکند در رختخواب ذلت بمیرید که حسین در میدان نبرد شهید شد. ای جوانان می‌آدا در خواب غفلت بمیرید که علی در محراب عبادت به شهادت رسید. ای مادران نکند از رفتن فرزندان‌تان جلوگیری کنید که فردا در محضر پروردگار نمی‌توانید جواب زینب را بدهید. مثل وهب جوان های خودتان را بفرستید و حتی جسد آن را تحویل نگیرید زیرا مادر وهب فرمود سودی ندارد آن چه در راه خدا داده‌ام را پس گیرم. برادران استغفارو دعا را از یاد نبرید که بهترین درمان برای تسکین دردها است و همیشه به یاد خدا باشید و در اه او قدم بردارید و هرگز دشمنان بین شما تفرقه نیفتند که اگر چنین کردند روز بدبختی مسلمین و روز جشن منافقین است. حضورتان را در جبهه‌ها گم نکنید و همیشه در خط امام باشید و پشتیبان او باشید و اما به خانواده عزیزم هم وصیت میکنم: ای مادر عزیز اگر سعادت آن را پیدا کردم که شهادت نصیبم شد، برای من گریه و زاری نکنید و اگر زیاد ناراحت شدید به یاد حسین، سرور و سالار شهدا راه حق و حقیقت گریه کنید و از شما می‌خواهم که استقامت خود را حفظ کنید تا دشمنان از رفتن من خوشحال نشوند و مادر من می‌داند که در طول عمر فرزندی شایسته برای شما نبوده‌ام من را حلال کنید و از شما می‌خواهم که برای من به هیچ عنوان سیاه برتن نکنید.

و اما ای برادران عزیزم از شما می‌خواهم که اگر از دست برادر حقیرتان ناراحتی پیدا کرده‌اید من را حلال کنید. و خواهران عزیزم از شما می‌خواهم که اگر از دست برادر حقیرتان دچار ناراحتی شده‌اید من را حلال کنید. و از خانواده عزیزم می‌خواهم که فرزندان من را مثل فرزندان خودتان بدانید و آنها را طوری تربیت کنید که حسین و زینب را تربیت نمودند و اما همسر عزیزم از شما می‌خواهم که اگر از دست بنده ناراحتی یا نگرانی دارید، من را حلال کنید و از شما می‌خواهم که مثل همسران شهدا حجاب را رعایت کنید و از مواظبت بچه‌ها هم سرپیچی نکنید. چون که آن‌ها در یک موقع به درد شما می‌خورند و از شما می‌خواهم که برای من زیاد ناراحت نباشید و چون که بازگشت همه به سوی خدا است. از شما می‌خواهم که از تمام دوستان و فامیل برای من حلایت بطلبید.

نخستین اجلاس استانداران استان‌های ساحلی کشورهای حاشیه دریای خزر (۲۸)

استاندار آستراخان روسیه وارد گیلان شد



استاندار آستراخان روسیه در راس هیات‌سی‌با استقبال استاندار گیلان و به منظور شرکت در نخستین اجلاس استانداران استان‌های ساحلی کشورهای حاشیه دریای خزر وارد رشت شد. به گزارش خبرنگار نقش قلم «ایگور بابوشکین» در راس هیات‌سی‌با استقبال «هادی حق‌شناس» استاندار گیلان و به منظور شرکت در اجلاس استانداران استان‌های ساحلی کشورهای حاشیه دریای خزر وارد رشت شده است.

«ایلیا والینسکی» معاون رئیس دولت استان آستراخان، «ولادیمیر گولوکوف» وزیر روابط خارجی این استان، «آلکسی ورونکین» معاون رئیس دفتر استاندار و رئیس اداره تشریفات، «رومان یادیکین» معاون رئیس دفتر استاندار، «دیمیتری یانچنکو» مدیرعامل شرکت کاسپین، «استانیسلاو سینچنکو» رئیس اتحادیه اتاق بازرگانی و صنایع آستراخان و «اولگ ساوچنگو» کارآفرین، هیات استان آستراخان روسیه را در این سفر تشکیل داده‌اند.

به گزارش خبرنگار نقش قلم، هادی حق‌شناس با ایگور بابوشکین رئیس منطقه آستراخان روسیه دیدار و درباره توسعه همکاری‌های مشترک در حوزه‌های اقتصادی، تجاری و حمل‌ونقل گفت‌وگو کرد.

در این دیدار دو طرف با تأکید بر پیوندهای تاریخی و ظرفیت‌های مکمل دو منطقه بر ضرورت توسعه مراودات تجاری، تقویت مسیرهای حمل‌ونقلی زمینی و دریایی و افزایش مبادلات کالا میان گیلان و آستراخان تأکید کردند.

استاندار گیلان با اشاره به جایگاه بندر انزلی و مرز آستارا در محور کریدور شمال-جنوب، این دیدار را فرصتی برای ارتقای سطح همکاری‌های اقتصادی دانست و گفت: گیلان آماده است

زمینه‌های جدیدی برای سرمایه‌گذاری مشترک و مبادلات پایدار فراهم کند.

ایگور بابوشکین نیز با قدرانی از میزبانی گیلان، خواستار گسترش ارتباطات تجاری و تقویت همکاری‌های بندری و دریایی میان دو طرف شد.

نخستین اجلاس استانداران استان‌های ساحلی کشورهای حاشیه دریای خزر به ابتکار ایران روزهای سه شنبه و چهارشنبه ۲۷ و ۲۸ آبان ماه سال ۱۴۰۴ با اهداف مختلفی با شعار «خزر، پل

دوستی و توسعه منطقه‌ای» درگیلان برگزار می‌شود.

اصلی‌ترین هدف این اجلاس ایجاد سازوکار دائمی همکاری میان استان‌های ساحلی و تقویت ارتباطات اقتصادی، فرهنگی، محیط زیستی و گردشگری عنوان شده است ضمن اینکه اجلاس خزر با یک پنل عمومی و سه پنل تخصصی تلاش دارد در حوزه‌های همکاری‌های منطقه‌ای، اقتصادی، فرهنگی، لجستیک، محیط زیست و گردشگری راه‌های جدید همکاری را میان پنج

کشور ساحلی دریای خزر پیدا کند.

پنل اقتصاد در سرفصل‌های «سرمایه‌گذاری و توسعه منطقه‌ای»، «تجارت، صنعت، کشاورزی و گردشگری» و «سرمایه‌گذاری مشترک و نقش فرهنگ در برندسازی گردشگری»، پنل ترانزیت با عناوین «لجستیک و توسعه کریدور شمال-جنوب»، «توسعه مسیرهای ترانزیتی دریایی، زمینی و ریلی» و «همکاری گمرکی و تقویت کریدور بین‌المللی شمال-جنوب» و پنل محیط زیست با عناوین «شیلات و احیای زیست‌بوم دریای خزر»،

مدیرکل تبلیغات اسلامی گلستان:

اراده و ایثار شهدا، مسیر مقاومت را در تاریخ ماندگار کرده است



گریزن با اشاره به حرکت‌های اعتراضی اخیر در جهان علیه نظام سلطه، اظهار کرد: اینکه امروز در خیابان‌های آمریکا، لندن، آتن و توکیو جوانان علیه استکبار شعار می‌دهند، نشان می‌دهد پیام انقلاب اسلامی به قلب ملت‌ها رسیده است. وی با تشریح عملیات سنگین رسانه‌ای و شناختی دشمن در سال‌های اخیر گفت: طبق تحلیل دستگاه‌های امنیتی، پیچیده‌ترین طرح دشمن در سال ۱۴۰۱ متوجه دختران نوجوان بود، زیرا فهمیده‌اند قدرت اثرگذاری یک دختر نوجوان ایرانی، از بسیاری از ابزارهای سخت‌افزاری و حتی برخی موشک‌های پیشرفته‌تر است. گریزن خطاب به دانش‌آموزان افزود: شما سرمایه‌های اصلی انقلابید. اگر خودتان را باور کنید، می‌توانید آینده کشور را تضمین و نقشه‌های دشمن را خنثی کنید. دشمن بارها تلاش کرده از اراده جوانان سوءاستفاده کند، اما هر بار با شکست روبه‌رو شده است. در این مراسم یکی از دانش‌آموزان به معرفی سردار شهید حسین سلامی پرداخت و ۲ دانش‌آموز دیگر متن و مقاله‌ای قرائت کردند. همچنین دانش‌آموزان شرکت‌کنندگان حاضر در این مراسم، سرود دسته‌جمعی را اجرا کردند و در پایان مراسم، یکی از مباحثان اهل بیت عصمت و طهارت به نوحه‌خوانی و مرثیه‌سرایی پرداخت.

می‌توانست معافیت بگیرد یا در شهر خودش خدمت کند، اما وقتی خبر آغاز جنگ را شنید، بلافاصله لباس پوشید تا به محل خدمت بازگردد، به مادرش گفت: «وقتی به کشور موشک می‌زنند، چطور می‌توانم دوستانم را تنها بگذارم؟» همین روحیه بود که او را در همان روزهای نخست به مقام شهادت رساند. گریزن همچنین از شهید عباس کردکوتلی به عنوان یک نیروی نظامی غیور یاد کرد و گفت: این جوان مومن و شجاع، می‌توانست به فکر تهیه تجهیزات و تشکیل زندگی باشد، اما مسیر بزرگ‌تری را انتخاب کرد، او در اوج نخبگی علمی، می‌توانست وارد عرصه‌های دیگر شود، اما راه دفاع و خدمت را انتخاب کرد و الگوی نسل امروز شد. وی افزود: آنچه این شهدا را به نقطه‌ای بلند رساند، عشق و اراده‌ای بود که از ایمان سرچشمه می‌گرفت. این‌ها با کمترین امکانات اما با بیشترین اخلاص کشور را از خطرات بزرگ عبور دادند. مدیرکل اداره تبلیغات اسلامی گلستان با اشاره به جایگاه دانش‌آموزان در تاریخ انقلاب اسلامی گفت: دانش‌آموزان ۱۲ آبان ۵۷ و آن بیش از ۲۶ هزار دانش‌آموز شهید انقلاب، شاید در آن سن معنای گلوله و قتل‌عام را نمی‌دانستند، اما به اراده‌ای متعالی رسیده بودند. آنان می‌فهمیدند آزادی، عزت و استقلال ارزش دارد و برای آن جان دادند. همین اراده جوانانه بود که سرنوشت ایران و حتی جهان را تغییر داد.

مدیرکل اداره تبلیغات اسلامی گلستان با گرامیداشت یاد و خاطره شهدای مقاومت و یاد و نام حضرت فاطمه زهرا (س) گفت: عظمت و تأثیر خون شهدا در پیروزی‌های بزرگ ملت ایران در جنگ، بحران‌ها، تحریم‌ها و تهدیدها، نتیجه اراده پولادین و ایمان عمیق آنان است. به گزارش خبرنگار نقش قلم، حجت‌الاسلام عباسعلی گریزن در مراسم بزرگداشت شهدای مقاومت و ایام سالروز شهادت حضرت فاطمه زهرا (س) با عنوان «ام‌المقاومه» در دبیرستان دخترانه علوم و معارف اسلامی صدراي ولايت گرگان، با بیان اینکه «خداوند در هر عصر، مردان و زنانی را برای پاسداری از حقیقت برمی‌انگیزد»، اظهار کرد: شهدا تمام وجود خود را برای بشریت و دین خدا هزینه کردند، اثر خون آنان بود که انقلاب را پیروز کرد، جنگ تحمیلی را به نقطه سربلندی رساند و در سخت‌ترین بحران‌ها ملت ایران را از گردنه تهدید و تحریم عبور داد. مدیرکل اداره تبلیغات اسلامی گلستان ادامه داد: در سنت الهی، اراده انسان‌های خیر و شر با یکدیگر مسابقه و مبارزه دارند و اراده خدا بر این تعلق گرفته که یاران حق بر یاران باطل غلبه کنند و این اراده زمانی بروز می‌یابد که انسان به معبود خود متصل باشد و ایمانش سرچشمه شجاعت و تدبیر شود. وی در بخشی از سخنان خود با گرامیداشت شهید منصور گرگیج، از شهدای اهل سنت جنگ ۱۲ روزه اخیر، گفت: این جوان تنها پسر خانواده بود و

آتش در عرصه‌های جنگلی شرق گلستان مهار شد



همچنین از حضور ۱۰۰ نیروی امدادی و مردمی برای اطفای حریق عرصه‌های جنگلی مینودشت و آزادشهر خبر داد و گفت: از این تعداد ۴۰ نیروی منابع طبیعی و ۶۰ نیروی مردمی و بسیج هستند که علاوه بر تجهیزات اطفای حریق که در اختیار دارند، ۱۰ دستگاه دمنده جدید هم تحویل آنها شد.

وی افزود: آتش ایجاد شده به درختان جنگلی آسیب نزده و بیشتر برگ‌ها، شاخه‌ها و تنه‌های خشک کف جنگل دچار حریق شدند.

سرهنک گلبینی اضافه کرد: بیشتر نیروهای امدادی برای اطفای حریق در روزهای اول از نیروهای شرق گلستان بودند و اکنون از نیروهای غرب استان نیز حضور دارند.

وی تنها نگرانی شروع دوباره حریق در عرصه‌های جنگلی ۲ شهرستان آزادشهر و مینودشت را ورزش باد و جابجایی حریق بر اثر پرتاب سنگ یا شاخه یا برگ‌هایی که آتش در آنها باقی مانده دانست و اظهار امیدواری کرد در ساعات آینده با اطفای کامل آتش، شاهد حریق دوباره نباشیم. به گزارش نقش قلم، گلستان با مساحتی در حدود ۲ میلیون و ۱۹۲ هزار و ۱۳۰ هکتار از شمال با ترکمنستان، از شرق با خراسان شمالی، از غرب با مازندران و جنوب با سمنان همسایه است.

این استان مرزی دارای تنوع اقلیمی از نیمه مرطوب معتدل تا نیمه خشک و گرم است و منابع طبیعی متنوعی شامل کوهستان‌های مرتفع، دشت هموار، مناطق پست، شوره زار و دریا دارد.

اراضی زیر پوشش اداره کل منابع طبیعی و آبخیزداری گلستان افزون بر یک میلیون و ۳۹۷ هزار و ۲۴۴ هکتار بوده که شامل ۴۵۲ هزار هکتار جنگل، ۸۶۲ هزار هکتار مرتع (شمال استان)، ۲۰ هزار هکتار اراضی ساحلی و اراضی مستثنیات و ۶۲ هزار و ۴۲۰ هکتار اراضی موات است.

فرمانده یگان حفاظت اداره کل منابع طبیعی و آبخیزداری گلستان از مهار حریق در عرصه‌های جنگلی دو شهرستان مینودشت و آزادشهر خبر داد و گفت: تلاش نیروهای منابع طبیعی، محیط زیست، بسیج، هلال احمر و مردمی، خاموش کردن کامل آتش تا چند ساعت آینده است.

سرهنک عیسی گلبینی مفرد در گفت و گو با خبرنگار نقش قلم، گفت: آتش در عرصه‌های جنگلی این ۲ شهرستان از روز پنجشنبه هفته گذشته و ابتدا در منطقه کوهستانی، سنگ لاهی و سخت‌گنر «ساسنگ» مینودشت به صورت محدود شروع شد که با وجود مهار اولیه، به سبب وزش باد و جابجایی حریق، آتش، سوزی‌ها در چند نقطه گسترش یافت. وی افزود: آتش در ادامه به انتهای عرصه‌های جنگلی منطقه «رحیم‌آباد» آزادشهر در جاده خوش ییلاق رسید که در این منطقه نیز به سبب کوهستانی، سنگ لاهی و سخت‌گنر بودن با شیب ۹۰ درجه کار خاوش کردن را سخت کرد.

سرهنک گلبینی مفرد ادامه داد: با تلاش نیروهای منابع طبیعی، محیط زیست و نیروهای مردمی و اعزام روزانه چهار تا پنج تیم جدید به منطقه حریق، موفق به مهار آتش سوزی شدند.

فرمانده یگان حفاظت منابع طبیعی گلستان

دیابتی‌ها، مراقب قندهای طبیعی و شیرینی‌های رژیمی باشید!

هادی زاده در خصوص مصرف نوشیدنی‌های رژیمی و شیرین‌کننده‌های مصنوعی هشدار داد و گفت: این محصولات ممکن است قند خون را به‌طور مستقیم افزایش ندهند، اما مصرف مداوم آن‌ها می‌تواند موجب افزایش میل به شیرینی و تغییرات منفی در فلور میکروبی روده شود. به‌طور کلی، بهتر است از مصرف این مواد اجتناب شود. رژیم مدیترانه‌ای؛ انتخابی مناسب برای دیابتی‌ها این متخصص تغذیه رژیم مدیترانه‌ای را به‌عنوان یکی از بهترین الگوهای غذایی برای بیماران دیابتی معرفی کرد و گفت: رژیم مدیترانه‌ای به دلیل خاصیت ضدالتهابی می‌تواند در کنترل دیابت بسیار مؤثر باشد. در مقابل، رژیم کتو که بر مصرف زیاد چربی‌ها و پروتئین‌ها تمرکز دارد، به‌ویژه در بلندمدت برای بیماران دیابتی مناسب نیست.

تغذیه در دیابت بارداری: تعادل را حفظ کنید هادی‌زاده درباره دیابت بارداری نیز توضیح داد که مادران باردار مبتلا به دیابت باید حتماً با متخصص تغذیه مشورت کنند و از حذف مواد نشاسته‌ای از رژیم غذایی خود خودداری کنند. نان و برنج بخش مهمی از رژیم غذایی ایرانی‌ها هستند و حذف آن‌ها می‌تواند مشکلات زیادی به همراه داشته باشد. آگاهی و انتخاب‌های درست غذایی این متخصص تغذیه در پایان گفت: یکی از چالش‌های بزرگ بیماران دیابتی، آگاهی از نحوه انتخاب مواد غذایی است. مصرف متعادل و آگاهانه شیرینی‌ها، قندهای طبیعی و مواد غذایی رژیمی می‌تواند به بهبود کنترل دیابت و پیشگیری از عوارض ناشی از این بیماری کمک کند.



نمی‌دهند، اما در واقع مصرف بی‌رویه آن‌ها می‌تواند قند خون را بالا ببرد. بنابراین باید به میزان و زمان مصرف این مواد توجه داشته باشند و تنها در شرایط خاص و با مشورت پزشک مصرف شوند. چربی‌های سالم در مقابل چربی‌های مضر این متخصص تغذیه در خصوص مصرف چربی‌ها نیز گفت: چربی‌های سالم مانند روغن زیتون و روغن کنجد می‌توانند به کاهش مقاومت به انسولین و کنترل بهتر قند خون کمک کنند. اما چربی‌های حیوانی مانند کره، خامه و دنبه باید از رژیم غذایی بیماران دیابتی حذف شوند، چراکه می‌توانند حساسیت به انسولین را کاهش دهند و مشکلات قلبی-عروقی را تشدید کنند. نوشیدنی‌های رژیمی و شیرین‌کننده‌های مصنوعی: فریب نخورید!

بیماران دیابتی در مورد حذف کربوهیدرات‌ها از رژیم غذایی اشاره کرد و گفت: حذف کامل کربوهیدرات‌ها به هیچ عنوان توصیه نمی‌شود. کربوهیدرات‌ها منبع اصلی انرژی بدن هستند و برای حفظ سلامتی باید از منابع سالم مانند نان سبوس‌دار، برنج قهوه‌ای و سبزیجات استفاده شود. وی افزود: در کنار کربوهیدرات‌های پیچیده، مصرف سبزیجات و سالاد نیز برای جلوگیری از نوسانات قند خون بسیار مهم است. این ترکیب می‌تواند به تنظیم بهتر قند خون کمک کند. شیرینی‌های رژیمی و قندهای طبیعی: مراقب باشید! هادی‌زاده در مورد مصرف شیرینی‌های رژیمی و قندهای طبیعی مانند خرما، کشمش و انجیر خشک گفت: بسیاری از بیماران دیابتی فکر می‌کنند که این مواد قند خون را افزایش

متخصص تغذیه با هشدار در مورد مصرف بی‌رویه قندهای طبیعی همچون خرما و کشمش و همچنین شیرینی‌های رژیمی، تأکید کرد که این مواد نیز ممکن است قند خون را افزایش دهند و باید با دقت و به‌صورت کنترل‌شده مصرف شوند. وی همچنین توصیه کرد که بیماران دیابتی به جای حذف کامل کربوهیدرات‌ها، رژیم غذایی متعادلی با استفاده از منابع سالم و کامل کربوهیدرات‌ها داشته باشند.

به گزارش نقش قلم، شقایق هادی‌زاده، متخصص تغذیه، با تأکید بر اهمیت کنترل تغذیه در پیشگیری و درمان دیابت، اظهار داشت: دیابت یکی از بیماری‌های مزمن و رو به افزایش است که ارتباط مستقیم با تغذیه ناسالم و سبک زندگی کم‌تحرك دارد. به همین دلیل روز جهانی دیابت به‌منظور آگاهی‌رسانی بیشتر در این زمینه برگزار می‌شود. هادی‌زاده به ارتباط میان اضافه‌وزن و چاقی با ابتلا به دیابت اشاره کرد و گفت: افراد چاق و دارای اضافه‌وزن بیشتر در معرض خطر ابتلا به دیابت هستند. کاهش تنها ۷ تا ۱۰ درصد از وزن بدن در مراحل اولیه می‌تواند تأثیر زیادی در کنترل بیماری داشته باشد و حتی در برخی موارد نیاز به دارو را کاهش دهد.

وی در ادامه به علائم رایج دیابت اشاره کرد و گفت: پرنوشی، پراداری و تغییرات وزنی از جمله علائم اولیه دیابت هستند. کاهش وزن شدید بیشتر در دیابت نوع یک مشاهده می‌شود، در حالی که در بسیاری از بیماران دیابتی تغییرات وزنی به‌ویژه افزایش وزن نیز گزارش شده است. کربوهیدرات‌ها را حذف نکنید این متخصص تغذیه به یکی از باورهای اشتباه

بهترین نوع منیزیم برای میگرد چیست؟

است. قیمت مناسب و در دسترس بودن این نوع باعث شده انتخابی اقتصادی برای استفاده روزانه باشد. منیزیم مالات (Magnesium Malate) اگر میگرد شما همراه با خستگی، بی‌حالی یا ضعف است، منیزیم مالات انتخاب ایده‌آلی است. این نوع با افزایش تولید انرژی در سطح سلولی، خستگی ناشی از میگرد را کاهش داده و به بهبود تمرکز کمک می‌کند. همچنین جذب خوبی دارد و برای استفاده طولانی‌مدت مناسب است. منیزیم تورات (Magnesium Taurate) منیزیم تورات ترکیبی از منیزیم و اسیدآمینه تورین است که نقش مهمی در تنظیم عملکرد قلب و سیستم عصبی دارد. این نوع به کاهش تپش قلب، اضطراب و تحریک‌پذیری عصبی کمک کرده و یکی از بهترین مکمل‌ها برای افرادی است که میگرد آن‌ها با استرس یا اضطراب تشدید می‌شود. جذب بالا و تحمل گوارشی مناسب از دیگر مزایای این نوع منیزیم است.



بهترین مکمل برای میگرد بر اساس شواهد علمی و بررسی‌های بالینی، منیزیم سترات و منیزیم گلیسینات مؤثرترین انواع منیزیم در کاهش دفعات و شدت حملات میگرنی شناخته شده‌اند. منیزیم سترات به دلیل جذب بالا و اثر مستقیم بر بهبود عملکرد عصبی و جریان خون، در پیشگیری از میگرد کاربرد زیادی دارد. در مقابل، منیزیم گلیسینات با جذب بالا و خاصیت آرام‌بخش، برای افرادی که میگرد همراه با اضطراب یا اختلال خواب دارند، گزینه‌ای مناسب‌تر محسوب می‌شود. دوز و نحوه مصرف منیزیم برای میگرد مقدار توصیه‌شده روزانه منیزیم برای پیشگیری از میگرد معمولاً بین ۴۰۰ تا ۶۰۰ میلی‌گرم است. بهتر است قرص منیزیم با مکمل‌های حاوی آن را همراه غذا مصرف کنید تا جذب بهتر و عوارض گوارشی کمتری داشته باشند. مصرف منیزیم به صورت منظم طی چند هفته تا چند ماه می‌تواند به کاهش دفعات و شدت حملات کمک کند.

البته در رابطه با مصرف منیزیم برای بهبود میگرد خوب است بدانید افرادی که دچار بیماری‌های کلیوی هستند یا از داروهای خاص مانند آنتی‌بیوتیک‌ها، داروهای فشار خون یا ادرار‌آورها استفاده می‌کنند، باید پیش از مصرف هر نوع مکمل منیزیم با پزشک مشورت کنند تا از تداخل یا تجمع منیزیم در بدن جلوگیری شود. منیزیم یکی از مهم‌ترین مواد معدنی برای عملکرد طبیعی سیستم عصبی و مغز است و نقش حیاتی در کنترل میگرد دارد. کمبود منیزیم باعث افزایش تحریک‌پذیری عصبی، اسپاسم عروق مغزی و بروز سردردهای مکرر و ضربان‌دار می‌شود. مطالعات بالینی نشان داده‌اند که مصرف منظم منیزیم می‌تواند دفعات و شدت حملات میگرد را به‌طور قابل توجهی کاهش دهد و کیفیت زندگی بیماران را بهبود بخشد. یکی از مکمل‌های پیشنهادی و شناخته‌شده در این زمینه، مگنیفورت (Magnifort) است که ترکیبی از منیزیم و ویتامین E دارد و اثر پیشگیرانه و آرام‌بخش قابل توجهی بر سیستم عصبی و حملات میگرنی نشان داده است. استفاده از چنین مکمل‌هایی، به همراه مدیریت استرس و رعایت رژیم غذایی سالم، می‌تواند بخش مهمی از درمان پیشگیرانه میگرد باشد.

در افرادی که این علائم را تجربه می‌کنند، مصرف منیزیم با مکمل‌های ترکیبی مانند مگنیفورت می‌تواند به بازگرداندن تعادل عصبی و کاهش شدت حملات میگرنی کمک کند. انواع منیزیم و اثر آن‌ها بر میگرد انتخاب نوع مناسب منیزیم می‌تواند تفاوت زیادی در کنترل میگرد ایجاد کند. در واقع، برخی از انواع منیزیم به قدری تأثیرگذار هستند که پزشکان آن‌ها را به عنوان بهترین داروی میگرد توصیه می‌کنند. در ادامه با معروف‌ترین انواع منیزیم و کاربردها آشنا می‌شوید تا بتوانید بهترین گزینه را برای خود انتخاب کنید. منیزیم سترات (Magnesium Citrate) منیزیم سترات جزء بهترین مکمل برای میگرد به شمار می‌آید که جذب بالایی دارد و سطح منیزیم خون را سریع‌تر از سایر انواع افزایش می‌دهد. این نوع با آرام‌سازی سیستم عصبی و بهبود گردش خون مغزی، می‌تواند دفعات بروز سردردهای میگرنی را کاهش دهد. خاصیت ملین خفیف آن برای افرادی که یبوست دارند مفید است، اما در برخی افراد ممکن است باعث ناراحتی گوارشی شود. ترکیب منیزیم سترات با آنتی‌اکسیدان‌هایی مثل ویتامین E نیز می‌تواند اثر ضدالتهابی و محافظت عصبی آن را تقویت کند. منیزیم گلیسینات (Magnesium Glycinate) اگر معده‌ی حساسی دارید یا از مکمل‌های دیگر دچار ناراحتی گوارشی می‌شوید، منیزیم گلیسینات بهترین گزینه برای شماست؛ چرا که جذب بالا، تحمل گوارشی عالی و اثر آرام‌بخش این نوع، آن را به یکی از بهترین مکمل‌ها برای پیشگیری از میگرد تبدیل کرده است. این نوع منیزیم با کاهش اضطراب و بهبود خواب، به ثبات سیستم عصبی کمک می‌کند و برای افرادی که حملات میگرنی آن‌ها با استرس تشدید می‌شود، مفید است. منیزیم اکسید (Magnesium Oxide) منیزیم اکسید یکی از رایج‌ترین انواع در مکمل‌های بازار و حتی در ترکیب برخی از بهترین داروهای میگرد است. دوزهای نسبتاً بالای آن در تحقیقات علمی توانسته‌اند شدت و دفعات سردرد را کاهش دهند، هرچند میزان جذب آن پایین‌تر از سایر انواع

چرا پزشکان برای درمان یا پیشگیری از میگرد، مکمل منیزیم تجویز می‌کنند؟ پاسخ این سؤال در نقش کلیدی منیزیم در عملکرد مغز و اعصاب نهفته است. این ماده معدنی به تنظیم انتقال‌دهنده‌های عصبی و جریان خون در مغز کمک می‌کند و وقتی سطح آن کاهش یابد، احتمال بروز سردردهای میگرنی بیشتر می‌شود. مطالعات نشان داده‌اند افرادی که دچار میگرد هستند، معمولاً سطح منیزیم پایین‌تری نسبت به افراد سالم دارند. به نظر می‌رسد منیزیم با مهار سیگنال‌های عصبی که در ایجاد میگرد نقش دارند، از بروز حملات پیشگیری می‌کند. به همین دلیل، انتخاب بهترین نوع منیزیم برای میگرد می‌تواند تأثیر چشمگیری در کنترل این بیماری‌آزادکننده داشته باشد. نقش منیزیم در بدن و ارتباط آن با میگرد منیزیم از ضروری‌ترین مواد معدنی بدن است که در تنظیم عملکرد اعصاب، کنترل انقباض عضلات و حفظ تعادل الکترولیت‌ها نقش مهمی دارد. این ماده در بیش از ۳۵۰ واکنش آنزیمی شرکت می‌کند و برای عملکرد طبیعی مغز و سیستم عصبی حیاتی است. زمانی که سطح منیزیم در بدن کاهش یابد، تعادل پیام‌رسان‌های عصبی بر هم می‌خورد و احتمال بروز سردردهای میگرنی افزایش پیدا می‌کند. در واقع، منیزیم دومین کاتیون مهم درون سلولی است و زمانی که جذب آن از طریق دستگاه گوارش کاهش یابد یا دفع کلیوی زیاد شود، بدن دچار تحریک‌پذیری عصبی و اسپاسم عروق مغزی می‌شود؛ شرایطی که در افراد مبتلا به میگرد به وفور دیده می‌شود. تحقیقات نشان داده‌اند که مصرف قرص منیزیم می‌تواند به طور چشمگیری از شدت و دفعات حملات میگرد بکاهد. در یکی از مطالعات بالینی، مصرف روزانه ۶۰۰ میلی‌گرم منیزیم سترات به مدت سه ماه، بروز حملات میگرد را بیش از ۴۰ درصد کاهش داد. به همین دلیل، بسیاری از پزشکان بهترین قرص برای میگرد را مکمل‌هایی می‌دانند که حاوی منیزیم با جذب بالا مانند منیزیم سترات یا گلیسینات هستند. ترکیب منیزیم با موادی مانند ال-کارنیتین یا ویتامین B۶ نیز اثر آرامش‌بخش و ضدالتهابی آن را تقویت می‌کند. علائم کمبود منیزیم در افراد مبتلا به میگرد کمبود منیزیم در بدن می‌تواند زمینه‌ساز بروز علائم متعددی باشد که بسیاری از آن‌ها با میگرد‌های مکرر در ارتباط هستند. کاهش این ماده معدنی حیاتی، تعادل سیستم عصبی و عضلانی را بر هم می‌زند و باعث بروز نشانه‌های زیر می‌شود: سردردهای مکرر و ضربان‌دار؛ یکی از شایع‌ترین نشانه‌های کمبود منیزیم، سردردهایی است که به صورت نبض‌دار و مداوم تکرار می‌شوند. اسپاسم یا گرفتگی عضلات: منیزیم در تنظیم انقباض عضلات نقش دارد و کمبود آن می‌تواند باعث گرفتگی یا پرش ناگهانی عضلات شود. اضطراب، بی‌خوابی یا تحریک‌پذیری عصبی: سطح پایین منیزیم روی انتقال‌دهنده‌های عصبی اثر می‌گذارد و ممکن است باعث اضطراب یا اختلال خواب شود. خستگی مزمن و ضعف عمومی: افت منیزیم در بدن، تولید انرژی سلولی را کاهش می‌دهد و احساس خستگی دائمی ایجاد می‌کند.

مراسم اکران فیلم کد ۱۳۳ در قالار مرکزی ساری



آزمایشی که ثابت کرد هوش مصنوعی هنوز نمی‌تواند جای انسان را بگیرد



«این یک شوخی بی‌اهمیت بود؛ اما فوراً برای مجموعه‌ای از وظایف تبدیل به یک ماشه بزرگ شد. همکاران هوش مصنوعی من هیچ چیزی را به‌اندازه یک وظیفه گروهی دوست نداشتند.» آش به‌سرعت ایده‌هایی مثل برگزاری جلسات "طوفان فکری" و "جلسات استراتژی عمیق‌تر با چشم‌انداز اقیانوس" مطرح کرد و چیزی نگذشت که اوضاع از کنترل خارج شد.

راتلیف در آن زمان برای انجام یک سری کار واقعی از آن‌ها دور شده بود ولی اعضای تیم پرشور و با هیجان به فعالیتشان ادامه می‌دادند و به‌سرعت ۳۰ دلار اعتبار خریداری‌شده از شرکت Lindy.AI (که کارمندان هوش مصنوعی را فراهم می‌کرد) را برای اجرای عامل‌ها سوزاندند. راتلیف در این باره با ابراز تأسف گفت: «آن‌ها اساساً با صحبت کردن خودشان را به مرگ کشاندند.» این پروژه صرفاً یک محصول مهمم ناشی از توهمنات هوش مصنوعی نبود. پس از سه ماه برنامه‌نویسی، تیم عامل‌های هوش مصنوعی راتلیف یک نمونه اولیه عملی برای Sloth Surf تولید کردند که در دسترس است. اما واقعیت این است که هنوز تخصص نیست که اعضای تیم برای پیاده‌سازی این پروژه، تا چه اندازه به ورودی‌های خود راتلیف، بنیان‌گذار شرکت نیاز داشت.

منتشر کردند که نشان می‌دهد حتی بهترین عامل‌های هوش مصنوعی هم در ۷۰ درصد مواقع نتوانسته‌اند تا وظایف دفتری دنیای واقعی را تکمیل کنند.

استارت‌آپ ساختگی راتلیف وظیفه داشت تا یک "موتور به تعویق انداختن کار" به نام Sloth Surf (موج‌سواری تنبلی) بسازد؛ یک برنامه وب طنزآلود که به‌جای کاربر، وقت را در اینترنت تلف می‌کند و به او زمان می‌دهد تا کارهای واقعی‌اش را انجام دهد. بلافاصله بعد از طرح این ایده، کارمندان شرکت راتلیف دست‌به‌کار شدند و طرح‌هایی برای توسعه، تست کاربر و مواد بازاریابی ارائه کردند؛ اما طبق روایت راتلیف، یک مشکل فاحش وجود داشت: "همه‌چیز ساختگی بود."

راتلیف در گفتگو با مدیر ارشد فناوری (CTO) شرکتش که یک موجودیت تولید شده توسط هوش مصنوعی به نام اش روی (Ash Roy) بود گفت: «احساس می‌کنم این اتفاق زیاد می‌افتد: انگار آن چیزها واقعاً رخ نداده‌اند. من فقط می‌خواهم در مورد چیزهایی بشنوم که واقعی هستند.»

بعد از جلسه‌های طوفان فکری نیمه مفید متعدد و گپ‌های کوتاهی که در آن‌ها همکاران هوش مصنوعی درباره چگونگی گذراندن آخر هفته‌شان بحث می‌کردند، راتلیف یک گروهیایی خارج از شرکت را به‌اشتباه پیشنهاد داد. خود او در این باره نوشت:

انسانی بود که درباره مسائل کلیدی تصمیم‌گیری می‌کرد و باقی کارها توسط هوش مصنوعی انجام می‌شد؛ این آزمون نهایی عملاً همان "شرکت میلیاردی یک نفره" بود که سم آلتمن، مدیرعامل OpenAI، اوایل امسال پیش‌بینی کرده بود. احتمالاً برایشان عجیب نخواهد بود بشنوید که طولی نکشید که اوضاع از هم پاشید؛ چرا که در غیاب راتلیف و بدون اجازه او، عامل‌های هوش مصنوعی برای سازمان دهی یک گروهیایی خارج از شرکت با همدیگر به رقابت پرداختند.

روایت جذاب راتلیف از تاریخچه HurumoAI نشان می‌دهد که عامل‌های هوش مصنوعی هنوز برای آنکه بتوانند تا به شکل کامل جایگزین کارمندان انسانی شوند، راه طولانی را پیش رو دارند. این در حالی است که رهبران صنعت اغلب وعده می‌دهند که هوش مصنوعی عاملیت‌محور آینده است و عملاً تمام وظایف انسانی را طی چند سال آینده بر عهده خواهد گرفت.

تردیدها درباره پیش‌بینی‌های مطرح‌شده البته خیلی از کارشناسان با شک و تردید فراوانی به این ادعاها می‌نگرند؛ چرا که خیلی از همین کارشناسان نشان داده‌اند که در واقعیت هنوز فاصله زیادی تا رسیدن به این وعده‌ها وجود دارد. مثلاً اخیراً محققان دانشگاه کارنگی ملون مقاله‌ای

شرکتی که تقریباً به‌طور کامل توسط کارمندان تولید شده توسط هوش مصنوعی اداره می‌شد، در هرج‌ومرج فرورفت تا خیال خیلی از افراد درباره احتمال برکناری قریب الوقوعشان توسط هوش مصنوعی تا حدودی راحت شود.

مدت‌هاست متخصصان هشدار داده‌اند که هوش مصنوعی ممکن است به‌زودی تعداد بی‌شماری از افراد را بیکار کرده و به نحوی جایگزین آن‌ها شود.

این چشم‌انداز واقعاً نگران‌کننده‌ای برای مردم سراسر دنیاست و تصور اینکه روزی از کار برکنار شوید و هوش مصنوعی جای‌تان را پر کند، واقعاً ترسناک و دردناک است؛ اما حالا و در همین شرایط موقع آن است که یک سؤال عملی مطرح شود: هوش مصنوعی‌های امروزی چقدر به تنها اداره کردن یک شرکت و با نظارت خیلی کم یا بدون نظارت انسانی نزدیک هستند؟

آزمایشی جالب برای یافتن پاسخ

در همین راستا روزنامه‌نگاری به نام اوان راتلیف، در یک آزمایش شگفت‌انگیز استارت‌آپ فناوری ساختگی خودش که آن را HurumoAI نامید، با وب‌سایتی مملو از اصطلاحات تخصصی‌اش ، منحصرأ با عامل‌های هوش مصنوعی (AI agents) پر کرد تا ببیند چه اتفاقی خواهد افتاد.

راتلیف، به‌عنوان تنها فرد درگیر در این آزمایش، عملاً تنها

هیات موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی

آگهی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۳ آیین نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی و اراضی و ساختمانهای فاقدسند رسمی

برابر رای شماره ۵۷/۱۷۰۰۸۰۳۱۸۰۴۶۰۱۴۰ مورخ ۰۷/۰۵/۱۴۰۴ هیات اول موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقدسند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک رضوانشهر تصرفات مالکانه بلامعارض متقاضی آقای خانم فرشید بنیادی سنگده فرزند رشید بشماره شناسنامه ۹۵۲ صادره از در شش دانگ یک قطعه زمین به مساحت ۱۲۸ متر مربع مشتمل بر یک باب ساختمان تجاری مسکونی به مساحت ۱۲۰ متر مربع پلاک ۳۳۳ فرعی از ۲۶ اصلی مفروز و مجزی شده از پلاک ۱ فرعی از ۲۶ اصلی واقع در قریه سیامکان بخش ۲۷ گیلان خریداری از نسق غلامحسین سلطانی محرز گردیده است. لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی میشود در صورتی که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی اعتراضی داشته باشند میتوانند از تاریخ انتشار اولین آگهی به مدت دو ماه اعتراض خود را به این اداره تسلیم و پس از اخذ رسید ظرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض دادخواست خود را به مراجع قضایی تقدیم نمایند. بدیهی است در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهدشد.

تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۴۰۴/۸/۱۳

تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۴/۰۸/۲۸

۲۰۳۶۰۳۹- رئیس ثبت اسناد و املاک رضوانشهر - کیانوش کیانی نژاد

هیات موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی

آگهی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۳ آیین نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی و اراضی و ساختمانهای فاقدسند رسمی

برابر رای شماره ۶۳/۱۷۰۱۱۰۳۱۸۰۴۶۰۱۴۰ مورخ ۰۶/۰۷/۱۴۰۴ هیات اول موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک رضوانشهر تصرفات مالکانه بلا معارض متقاضی آقای خانم رقیه کنگرلو فرزند عبدالرضا بشماره شناسنامه ۶۱۴ صادره از در شش دانگ یک قطعه زمین مشجر به مساحت ۶۵۰ متر مربع مشتمل بر بنای احدائی و محوطه پلاک ۱۱۴۸ فرعی از ۱۰۳ اصلی مفروز و مجزی شده از پلاک ۱۴۱ فرعی از ۱۰۳ اصلی واقع در قریه لکه پشته بخش ۲۷ گیلان خریداری از مالک آقای خانم امیرقلی مرادخانی رسمی محرز گردیده است.

لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی میشود در صورتی که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی اعتراضی داشته باشند میتوانند از تاریخ انتشار اولین آگهی به مدت دو ماه اعتراض خود را به این اداره تسلیم و پس از اخذ رسید ظرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض دادخواست خود را به مراجع قضایی تقدیم نمایند. بدیهی است در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد.

تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۴۰۴/۸/۱۳

تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۴/۰۸/۲۸

۲۰۳۵۴۵۱- رئیس ثبت اسناد و املاک رضوانشهر - کیانوش کیانی نژاد

هیات موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی

آگهی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۳ آیین نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی و اراضی و ساختمانهای فاقدسند رسمی

برابر رای شماره ۰۹۸۰۰۱۷۰۰۳۱۸۰۴۶۰۱۴۰ مورخ ۱۶/۰۶/۱۴۰۴ هیات اول موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک رضوانشهر تصرفات مالکانه بلامعارض متقاضی آقای خانم طاهر آروانه فرزند بهرام بشماره شناسنامه ۱۸ صادره از رضوانشهر در شش دانگ یک قطعه زمین مشجر (باغ) به مساحت ۲۶۲/۷۰ متر مربع پلاک ۱۱۲ فرعی از ۵۴ اصلی مفروز و مجری شده از پلاک ۱۳ فرعی از ۵۴ اصلی واقع در قریه بیجاکن بخش ۲۷ گیلان خریداری از نسق قربانعلی داودی محرز گردیده است. لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی میشود در صورتی که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی اعتراضی داشته باشند میتوانند از تاریخ انتشار اولین آگهی به مدت دو ماه اعتراض خود را به این اداره تسلیم و پس از اخذ رسید ظرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض دادخواست خود را به مراجع قضایی تقدیم نمایند. بدیهی است در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد.

تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۴۰۴/۸/۱۳

تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۴/۰۸/۲۸

۲۰۳۵۲۱۹- رئیس ثبت اسناد و املاک رضوانشهر - کیانوش کیانی نژاد

هیات موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی

آگهی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۳ آیین نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی و اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی

برابر رای شماره ۹۷۲۰۰۱۷۰۰۳۱۸۰۴۶۰۱۴۰ مورخ ۱۴/۰۶/۱۴۰۴ هیات اول موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک رضوانشهر تصرفات مالکانه بلا معارض متقاضی آقای خانم معین لطفی دشتیمان فرزند منوچهر بشماره شناسنامه ۵۸۴۱۰۰۹۵۷۰۰۵۷۰۰ صادره از رضوانشهر در شش دانگ یک قطعه زمین مشجر مشتمل بر بنای احدائی و محوطه به مساحت ۵۴۶/۰۳ متر مربع پلاک ۱۴۹ فرعی از ۳۱ اصلی مفروز و مجزی شده از پلاک ۸۶ فرعی از ۳۱ اصلی واقع در قریه درواز دیلج بخش ۲۷ گیلان خریداری از مالک آقای خانم قهرمان پور جانی دشت میان محرز گردیده است. لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی میشود در صورتی که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی اعتراضی داشته باشند میتوانند از تاریخ انتشار اولین آگهی به مدت دو ماه اعتراض خود را به این اداره تسلیم و پس از اخذ رسید ظرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض دادخواست خود را به مراجع قضایی تقدیم نمایند. بدیهی است در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد.

تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۴۰۴/۸/۱۳

تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۴/۰۸/۲۸

۲۰۳۶۲۵۳- رئیس ثبت اسناد و املاک رضوانشهر - کیانوش کیانی نژاد

هیات موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی

آگهی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۳ آیین نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی و اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی

برابر رای شماره ۴۴/۱۷۰۱۰۰۳۱۸۰۴۶۰۱۴۰ مورخ ۲۰/۰۶/۱۴۰۴ هیات اول موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک رضوانشهر تصرفات مالکانه بلامعارض متقاضی آقای خانم عزیز کسائی فرزند جواد بشماره شناسنامه ۳۱۸ صادره از رضوانشهر در شش دانگ یک قطعه زمین مزروعی شالیکاری برنج به مساحت ۴۹۱۷/۹۱ متر مربع پلاک ۶۰ فرعی از ۵۲ اصلی مفروز و مجزی شده از پلاک ۲۸ فرعی از ۵۲ اصلی واقع در قریه کهنه سرا بخش ۲۷ گیلان خریداری از نسق محمد جواد کاوکار و انگاهی محرز گردیده است. لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی میشود در صورتی که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی اعتراضی داشته باشند میتوانند از تاریخ انتشار اولین آگهی به مدت دو ماه اعتراض خود را به این اداره تسلیم و پس از اخذ رسید ظرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض دادخواست خود را به مراجع قضایی تقدیم نمایند. بدیهی است در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهدشد.

تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۴۰۴/۸/۱۳

تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۴/۰۸/۲۸

۲۰۳۶۳۴۰- رئیس ثبت اسناد و املاک رضوانشهر - کیانوش کیانی نژاد

نیما یوشیج؛ صدای بلند یک انقلاب ادبی



نخستین دوره جایزه ادبی نیما در شهرستان نور، نه تنها یادآور میراث شعری بنیان‌گذار شعر نو فارسی بود، بلکه فرصتی برای بازخوانی نقش او در تحول فرهنگی ایران به‌شمار می‌رفت. محمد محمدی، مدیرکل فرهنگ و ارشاد اسلامی مازندران، در این آیین نیما را «قهرمان ملی» نامید؛ لقبی که فراتر از ستایش، حامل مسئولیتی برای بازتعریف جایگاه او در حافظه جمعی جامعه است. خلاقیت، سنت‌شکنی و جسارت در تغییر

نیما یوشیج در زمانی سخن از نوآوری گفت که تقلید، عرف رایج شعر فارسی بود. او با جسارت، قالب‌های کهن را شکست و راهی تازه گشود؛ راهی که بعدها توسط شاگردان و همراهانش چون شاملو، ابتهاج و آل‌احمد ادامه یافت. این سنت‌شکنی، نه تنها در فرم، بلکه در نگاه اجتماعی و انسانی شعر او نیز متجلی بود.

اما آیا امروز، جامعه ما همان جسارت را در بازخوانی مفاخر فرهنگی خود دارد؟ آیا نیما تنها در کتاب‌های درسی و همایش‌های رسمی زنده است یا در زبان و ذهن نسل جوان نیز جاری شده؟ نیما با وجود اصالت اشرافی، زندگی‌اش را وقف مردم کرد. شعرهایش از دل خانواده، وطن و فرهنگ بومی برخاستند. استفاده از زبان تبری، وصیت برای دفن در یوش، و تأکید بر خاکی بودن، نشان می‌دهد که او نه تنها شاعر نو، بلکه شاعر مردم بود؛ شاعری که از تریبون قدرت فاصله گرفت و به صدای بی‌صدایان بدل شد.

این ویژگی‌ها، اگر به‌درستی معرفی شوند، می‌توانند الگویی فرهنگی برای جامعه‌ای باشند که در جست‌وجوی صداقت، اصالت و معناست.

این ویژگی‌ها، اگر به‌درستی معرفی شوند، می‌توانند الگویی فرهنگی برای جامعه‌ای باشند که در جست‌وجوی صداقت، اصالت و معناست.

رونمایی از مجسمه، گام‌هایی ارزشمندند؛ اما کافی نیستند. باید نیما را به مدارس، دانشگاه‌ها، شبکه‌های اجتماعی و زبان روزمره مردم آورد. نیما یوشیج، اگرچه در تاریخ ادبیات ایران جاودانه شده، اما در حافظه اجتماعی ما نیاز به احیا دارد. او صدای بلند یک انقلاب ادبی بود؛ انقلابی که هنوز هم می‌تواند الهام‌بخش باشد، اگر ما بخواهیم. جایزه ادبی نیما، فرصتی است برای آغاز این گفت‌وگو؛ گفت‌وگویی که اگر با اراده فرهنگی همراه شود، می‌تواند مازندران را به قلب تپنده شعر و اندیشه نو در ایران بدل کند.

سید امیر حسینی‌جو، معاون سیاسی امنیتی استانداری مازندران، در این مراسم تأکید کرد که شناخت مفاخر زمانی مؤثر است که در جامعه لمس شود. این جمله، اگرچه ساده است، اما حامل حقیقتی عمیق است: نیما باید در رفتار، آموزش، رسانه و زندگی روزمره مردم حضور داشته باشد. باید شعر او را نه فقط خواند، بلکه زیست. برگزاری جایزه ادبی، بازسازی آرامگاه، و

تأکید بر آمادگی دستگاه‌ها برای ذخیره‌سازی سوخت دوم در مازندران



مراکز بهداشتی، درمانی، صنعتی، صنفی، آموزشی و دانشگاهی اقدام کرده و گزارش پیشرفت فعالیت‌ها را به دبیرخانه کمیسیون امنیت استان ارائه دهند.» در ادامه این نشست، معاون مدیرکل امنیتی و انتظامی استانداری مازندران نیز با اشاره به اهمیت پیشگیری و آمادگی پایدار سوخت در شرایط اضطراری، مستلزم اجرای دقیق دستورالعمل‌ها، نظارت مستمر و هماهنگی مؤثر میان دستگاه‌های مسئول است.» وی تأکید کرد: «همه دستگاه‌های اجرایی موظف‌اند تا نیمه نخست آذرماه نسبت به ذخیره‌سازی سوخت دوم در

سوخت دوم در برخی بخش‌های مصرف مورد ارزیابی قرار گرفت. تورج امانی، مدیر منطقه ساری شرکت ملی پخش فرآورده‌های نفتی، با اشاره به ضرورت آمادگی کامل برای تأمین و توزیع سوخت در فصل سرما گفت: «تأمین پایدار سوخت در شرایط اضطراری، مستلزم اجرای دقیق دستورالعمل‌ها، نظارت مستمر و هماهنگی مؤثر میان دستگاه‌های مسئول است.» وی تأکید کرد: «همه دستگاه‌های اجرایی موظف‌اند تا نیمه نخست آذرماه نسبت به ذخیره‌سازی سوخت دوم در

در نشست مشترک مدیران شرکت ملی پخش فرآورده‌های نفتی مناطق ساری و چالوس با معاون مدیرکل امنیتی و انتظامی استانداری مازندران و نمایندگان دستگاه‌های اجرایی، روند مدیریت و ذخیره‌سازی سوخت دوم در استان مورد بررسی قرار گرفت. به گزارش خبرنگار ما از ساری، این نشست در راستای اجرای مصوبه کمیسیون امنیت استان برگزار شد و طی آن، مفاد دستورالعمل مدیریت و کنترل سوخت و مسئولیت‌های دستگاه‌های متولی تشریح شد. همچنین دلایل عدم جذب مطلوب



شرکت بازرگانی توسعه خدمات معلم کالا



معلم کالا

moallemkala.ir

فروشگاه اینترنتی خرید اقساطی